

Totes les FRUITES, les VERDURES, les LLEGUMS, les PASTES i els LÀCTICS utilitzats en l'elaboració dels menús, provenen de l'agricultura ecològica, la VEDELLA i el PORC són productes ecològics certificats per la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

Menú LA MAQUINISTA Novembre 2021					
	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
		2	3	4	5
dinar	FESTA	<ul style="list-style-type: none"> Llenties guisades Truita de patata i verdures amb xampinyons Iogurt , pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassó Salsitxes al forn amb enciam i tomàquet Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb verdures Lluç enfarinat amb enciam i cogombre Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i col Estofat de mongetes Fruita, pa integral
sopar		831 Kcal Pasta i verdura Ou	753 Kcal Pasta i verdura Peix	693 Kcal Verdura Carn	760 Kcal Pasta i verdura Carn
	8	9	10	11	12
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb tomàquet Truita de patata i verdura amb enciam i pastanaga Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i coliflor Llenties estofades Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Cap de llom amb cous-cous Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de carbassó Croquetes de cigrons amb arròs Iogurt , pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Espirals amb crema de llet Maire al forn amb enciam i cogombre Fruita, pa integral
sopar	730 Kcal Verdura Carn	801 Kcal Pasta i verdura Peix	675 Kcal Verdura Ou	683 Kcal Pasta i verdura Peix	825 Kcal Verdura Carn
	15	16	17	18	19
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Crema de porro Mongetes seques estofades Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Macarrons al pesto Truita de carbassó amb enciam i cogombre Iogurt, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i bleida Estofat de vedella amb pastanaga i pèsols Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb samfaina Bacallà al forn amb enciam i blat de moro Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Sopa de pasta Llenties estofades Fruita, pa integral
sopar	799 Kcal Verdura Carn	815 Kcal Verdura Ou	667 Kcal Pasta i verdura Peix	651 Kcal Verdura Carn	741 Kcal Verdura Peix
	22	23	24	25	26
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Llenties estofades Truita de verdures amb enciam i olives Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Fideus a la cassola Lluç enfarinat amb cous-cous Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Crema de pastanaga Filet pollastre arrebossat amb enciam i pastanaga Fruita , pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Patata i col Estofat de gall dindi amb enciam i blat de moro Fruita, pa blanc 	<ul style="list-style-type: none"> Arròs integral amb tomàquet Cigrons estofats Iogurt, pa integral
sopar	864 Kcal Verdura Carn	839 Kcal Verdura Ou	641 Kcal Pasta i verdura Peix	656 Kcal Pasta i verdura Peix	642Kcal Verdura Carn
	29	30			
dinar	<ul style="list-style-type: none"> Espaguetis amb salsa carbonara Maira a l'andalusa enciam i pastanaga Fruita, pa integral 	<ul style="list-style-type: none"> Mongetes estofades Truita de patata i ceba amb enciam i blat de moro Iogurt , pa blanc 			
sopar	804 Kcal Verdura Carn	828 Kcal Verdura Peix			

- NOTA: 9NaturalCuina disposa de tota la informació sobre els al·lèrgens dels diferents plats de l'escola.